

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI, OPTIMISME, DAN HARAPAN
DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA GURU SEKOLAH
DASAR DI YAYASAN SEKOLAH X SURAKARTA**

SKRIPSI

Sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi
Program Pendidikan Strata I Psikologi



Oleh:

Kristina Dara Nugraheni

G 0111050

Pembimbing:

Aditya Nanda Priyatama, S. Psi., M. Si.

Pratista Arya Satwika, S. Psi., M. Psi., Psikolog

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET SURAKARTA
2016**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul : **Hubungan antara Efikasi Diri, Optimisme, dan Harapan dengan *Psychological Well-being* pada Guru Sekolah Dasar di Yayasan Sekolah X Surakarta**

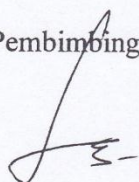
Nama Peneliti : Kristina Dara Nugraheni
NIM : G0111050
Tahun : 2016

Telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Pembimbing dan Penguji Skripsi Penelitian Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret pada :

Hari : Kamis,

Tanggal : 14 April 2016

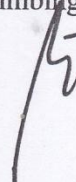
Pembimbing I



Aditya Nanda Priyatama, S.Si., M.Si

NIP. 197810222005011002

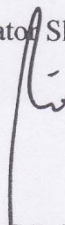
Pembimbing II



Pratista Arya Satwika, S.Psi., M.Psi., Psikolog.

NIK. 1986103120130201

Koordinator Skripsi



Pratista Arya Satwika, S.Psi., M.Psi., Psikolog.

NIK. 1986103120130201

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan Judul:

HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI, OPTIMISME, DAN HARAPAN DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA GURU SEKOLAH DASAR DI YAYASAN SEKOLAH X SURAKARTA

Kristina Dara Nugraheni, G0111050, Tahun 2016

Telah diuji dan disahkan oleh Pembimbing dan Penguji Skripsi Program Studi
Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta pada:

Hari : Kamis
Tanggal : 14 April 2016


Ketua Sidang

Aditya Nanda Priyatama, S.Psi., M.Si
NIP. 197810222005011002


()

Sekretaris Sidang

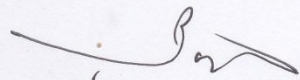
Pratista Arya Satwika, S.Psi., M.Psi., Psikolog.
NIP. 1986103120130201


()

Anggota Penguji

Penguji I

Drs. Bagus Wicaksono, M.Si., Psikolog
NIP. 196209011989031003


()


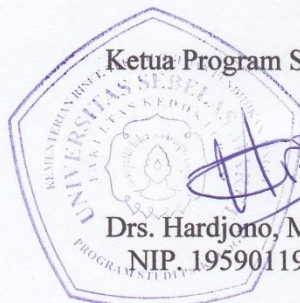
Penguji II

Arif Tri Setyanto, S.Psi., M.Psi., Psikolog.
NIP. 1981071920130201



()

Surakarta, 28 APR 2016

Ketua Program Studi Psikologi,



Drs. Hardjono, M.Si., Psikolog.
NIP. 195901191989031002

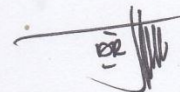
Koordinator Skripsi,


Pratista Arya Satwika, S.Psi., M.Psi., Psikolog.
NIP. 1986103120130201

HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar akademik kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis dan pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Apabila terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia untuk dicabut gelar kesarjanaan saya.

Surakarta, April 2016



Kristina Dara Nugraheni

MOTTO

Serahkanlah hidupmu kepada Tuhan dan percayalah kepada-Nya, dan Ia akan bertindak.

- Mazmur 37 : 5 -

Bukan kesulitan yang membuat kita takut, tetapi seringkali ketakutanlah yang membuat jadi sulit. Jadi, jangan mudah menyerah

- Ir. Joko Widodo -

Jangan meremehkan hal-hal kecil. Hal-hal besar hanya bisa tercapai dengan mencapai hal-hal kecil terlebih dahulu.

- Merry Riana -

PERSEMBAHAN

Karya ini kupersembahkan untuk:

Bapak, Ibu, dan Kakak terkasih

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas segala berkat, kasih, penyertaan, dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, rasa terimakasih sepantasnya penulis ucapkan kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam penyelesaian karya tulis ini, antara lain:

1. Prof. Dr. Hartono dr., M.Si., selaku dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Drs. Hardjono, M.Si., Psikolog, selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta.
3. Aditya Nanda Priyatama, S.Psi., M.Si., selaku pembimbing utama dan pembimbing akademik yang telah memberikan masukan, nasehat, dan saran kepada penulis.
4. Pratista Arya Satwika, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku pembimbing pendamping yang dengan rendah hati memberikan masukan dan mendengarkan kesulitan penulis dalam menyelesaikan karya ini.
5. Drs. Bagus Wicaksono, M.Si., Psikolog, selaku penguji utama yang telah memberikan motivasi dan masukan, serta kesediaan menguji penulis.
6. Arif Tri Setyanto, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku penguji pendamping atas saran dan masukan, serta kesediaan menguji karya penulis.

7. Haryanto Setyawan, selaku direktur pelaksana Yayasan Sekolah X Surakarta atas kesempatan yang diberikan kepada penulis untuk melakukan penelitian di Yayasan Sekolah X Surakarta.
8. Ariestya Nurina Dhari, S.S., selaku humas Yayasan Sekolah X Surakarta atas kesediaannya membantu penulis menjadi penghubung dengan Yayasan Sekolah X Surakarta.
9. Keluarga besar Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran UNS; Bapak dan Ibu dosen, seluruh staff Prodi Psikologi UNS, kakak-kakak tingkat dan adik-adik tingkat yang telah berbagi pengalaman dengan penulis.
10. Bapak dan Ibu yang dengan setia menyebut namaku dalam doa-doanya, kakak, nenek dan seluruh keluarga besar yang telah memberi support kepada penulis untuk menyelesaikan karyanya.
11. Sahabat-sahabatku terbaikku (Danish, Yunisa, Triana, Welly, Elis, Adit, Kalga, Bambang, Tiwi, Dea, Fide) yang senantiasa memberi dukungan kepada penulis untuk segera menyelesaikan karya ini.
12. Teman-teman INDIGO 2011 atas semua cerita dan pengalaman yang tidak pernah penulis lupakan.

Penulis berharap semoga bantuan dari berbagai pihak di atas akan mendapat balasan yang baik pula oleh-Nya. Akhir kata, penulis berharap karya yang telah dihasilkan ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Surakarta, April 2016

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRAK	xvi
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	11
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	11
BAB II. LANDASAN TEORI	13
A. <i>Psychological Well-being</i>	13
1. Pengertian <i>Psychological Well-being</i>	13
2. Aspek-aspek <i>Psychological Well-being</i>	15
3. Faktor-faktor <i>Psychological Well-being</i>	19

B. Efikasi Diri.....	22
1. Pengertian Efikasi Diri	22
2. Aspek-aspek Efikasi Diri	24
C. Optimisme.....	26
1. Pengertian Optimisme	26
2. Aspek-aspek Optimisme	28
D. Harapan.....	29
1. Pengertian Harapan	29
2. Aspek-aspek Harapan.....	31
E. Hubungan Antar Variabel.....	32
1. Hubungan antara Efikasi Diri, Optimisme, dan Harapan dengan <i>Psychological Well-being</i>	32
2. Hubungan antara Efikasi Diri dengan <i>Psychological Well-being</i>	33
3. Hubungan antara Optimisme dengan <i>Psychological Well-being</i>	35
4. Hubungan antara Harapan dengan <i>Psychological Well-being</i>	37
F. Kerangka Pemikiran	38
G. Hipotesis	39
BAB III. METODE PENELITIAN	40
A. Identifikasi Variabel	40
B. Definisi Operasional Variabel	40
C. Populasi, Sampel dan <i>Sampling</i>	43
1. Populasi	43
2. Sampel dan <i>Sampling</i>	44

D. Metode Pengumpulan Data.....	44
E. Metode Analisis Data	50
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	55
A. Persiapan Penelitian.....	55
1. Orientasi Kancan Penelitian	55
2. Persiapan Administrasi dan Alat Ukur.....	60
3. Pelaksanaan Uji Coba Skala.....	62
4. Uji Validitas dan Reliabilitas	63
5. Penyusunan Alat Ukur untuk Penelitian	73
B. Pelaksanaan Penelitian.....	77
1. Penentuan Subjek Penelitian	77
2. Pengumpulan Data	77
3. Pelaksanaan Skoring	78
C. Analisis Data Penelitian.....	79
1. Uji Asumsi Dasar.....	79
2. Uji Asumsi Klasik.....	81
D. Pembahasan	99
BAB V. SIMPULAN DAN SARAN	109
A. Simpulan.....	109
B. Saran	110
DAFTAR PUSTAKA	113
LAMPIRAN.....	118

DAFTAR TABEL

1. Penentuan Skor Pernyataan <i>Favorable</i> dan <i>Unfavorable</i>	45
2. <i>Blue Print</i> Skala <i>Psychological Well-being</i>	46
3. <i>Blue Print</i> Skala Efikasi Diri.....	48
4. <i>Blue Print</i> Skala Optimisme.....	49
5. <i>Blue Print</i> Skala Harapan	50
6. Distribusi Aitem Valid dan Gugur Skala <i>Psychological Well-being</i>	66
7. Uji Reliabilitas Skala <i>Psychological Well-being</i>	66
8. Distribusi Aitem Valid dan Gugur Skala Efikasi Diri.....	68
9. Uji Reliabilitas Skala Efikasi Diri	69
10. Distribusi Aitem Valid dan Gugur Skala Optimisme.....	71
11. Uji Reliabilitas Skala Optimisme	72
12. Distribusi Aitem Valid dan Gugur Skala Harapan	73
13. Uji Reliabilitas Skala Harapan	73
14. Distribusi Aitem Skala <i>Psychological Well-being</i> Setelah Uji Coba.....	74
15. Distribusi Aitem Skala Efikasi Diri Setelah Uji Coba	75
16. Distribusi Aitem Skala Optimisme Setelah Uji Coba	76
17. Distribusi Aitem Skala Harapan Setelah Uji Coba	77
18. Uji Normalitas	80
19. Hasil Uji Linearitas antara <i>Psychological Well-being</i> dan Efikasi Diri.....	80
20. Hasil Uji Linearitas antara <i>Psychological Well-being</i> dan Optimisme.....	81
21. Hasil Uji Linearitas antara <i>Psychological Well-being</i> dan Harapan	81

22. Hasil Uji Multikolinearitas	82
23. Hasil Uji Autokorelasi.....	84
24. Hasil Uji Signifikansi Simultan.....	86
25. Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi (P)	87
26. Hasil Uji Korelasi Ganda	88
27. Hasil Uji Korelasi Parsial <i>Psychological Well-being</i> dengan Efikasi Diri	89
28. Hasil Uji Korelasi Parsial <i>Psychological Well-being</i> dengan Optimisme	90
29. Hasil Uji Korelasi Parsial <i>Psychological Well-being</i> dengan Harapan.....	90
30. Deskripsi Data Penelitian	91
31. Kategorisasi Berdasarkan Rumus Standar Deviasi	92
32. Kriteria dan Kategori Responden Penelitian	92
33. Gambaran Tingkat <i>Psychological Well-being</i> Berdasarkan Efikasi Diri	95
34. Gambaran Tingkat <i>Psychological Well-being</i> Berdasarkan Optimisme	96
35. Gambaran Tingkat <i>Psychological Well-being</i> Berdasarkan Harapan	97

DAFTAR GAMBAR

1. Kerangka Pemikiran Hubungan antara Efikasi Diri, Optimisme, dan Harapan dengan <i>Psychological Well-being</i>	39
2. <i>Scatterplots</i> sebagai Uji Heteroskedastisitas	83

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A	Alat Ukur Penelitian Sebelum <i>Try Out</i>	119
Lampiran B	Distribusi Nilai Skala Sebelum <i>Try Out</i>	132
Lampiran C	Hasil Uji Validitas Alat Ukur	153
Lampiran D	Alat Ukur Penelitian Setelah <i>Try Out</i>	165
Lampiran E	Distribusi Nilai Skala Setelah <i>Try Out</i>	173
Lampiran F	Total Skor Penelitian	192
Lampiran G	Analisis Data Penelitian.....	195
Lampiran H	Jadwal Penelitian	214

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI, OPTIMISME, DAN HARAPAN DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA GURU SEKOLAH DASAR DI YAYASAN SEKOLAH X SURAKARTA

Kristina Dara Nugraheni

NIM. G0111050

**Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran
Universitas Sebelas Maret Surakarta**

Psychological well-being merupakan keadaan di dalam diri individu yang ditandai dengan, dapat mengembangkan potensi diri secara berkelanjutan, menerima segala kelebihan dan kekurangan, memiliki tujuan hidup dan menemukan kebermanaan hidup, membangun hubungan positif dengan orang lain, mampu mengatur lingkungan secara efektif sesuai dengan kebutuhannya, serta memiliki kemampuan dalam menentukan tindakan sendiri. Faktor paling penting yang mempengaruhi *psychological well-being* adalah faktor pribadi, yang yang ditandai dengan beberapa hal, seperti efikasi diri, optimisme, dan harapan.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri, optimisme, dan harapan dengan *psychological well-being* guru Sekolah Dasar yang terselenggara di bawah naungan Yayasan Sekolah X Surakarta. Penelitian dilakukan di empat Sekolah Dasar di Yayasan Sekolah X Surakarta, dengan sampel penelitian adalah seluruh populasi yaitu 77 orang guru Sekolah Dasar. Alat ukur yang digunakan ada 4 skala, yaitu skala *psychological well-being*, skala efikasi diri, skala optimisme, dan skala harapan. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis regresi linier berganda dengan bantuan program SPSS versi 18.0.

Berdasarkan hasil analisis terbukti bahwa secara bersama-sama efikasi diri, optimisme, dan harapan memiliki hubungan yang signifikan dengan *psychological well-being* pada guru Sekolah Dasar di Yayasan Sekolah X Surakarta. Hipotesis parsial yang diperoleh dalam penelitian ini adalah (1) terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan *psychological well-being* pada guru Sekolah Dasar di Yayasan Sekolah X Surakarta, (2) tidak terdapat hubungan antara optimisme dan *psychological well-being* pada guru Sekolah Dasar di Yayasan Sekolah X Surakarta, (3) tidak terdapat hubungan antara harapan dan *psychological well-being* pada guru Sekolah Dasar di Yayasan Sekolah X Surakarta.

Kata kunci: *Psychological Well-being*, Efikasi Diri, Optimisme, Harapan.

ABSTRACT

RELATIONSHIP BETWEEN SELF-EFFICACY, OPTIMISM, AND HOPE WITH PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF PRIMARY SCHOOL TEACHER IN YAYASAN SEKOLAH X SURAKARTA.

Kristina Dara Nugraheni

NIM. G0111050

**Department Psychology of Medical Faculty
Sebelas Maret Surakarta University**

Psychological well-being is a state within the individual that is characterized by continue to develop one's potential, receive the advantages and disadvantages, have a purpose in life and find meaningfulness of life, build positive relationships with others, able to regulate the environment effectively with their needs, having the ability to determine their own actions. The most important factors affecting the psychological well-being are personal factors, there are self-efficacy, optimism, and hope.

The purpose of this study was to examine the relationship between self-efficacy, optimism, hope, with psychological well-being of primary school teachers in Yayasan Sekolah X Surakarta. The study was held at four primary schools in Yayasan Sekolah X Surakarta, the sample of this study is the entire population that is 77 primary school teachers. An instruments in this study using 4 scales, psychological well-being scale, self-efficacy scale, optimism scale and hope scale. Data analysis technique in this study using multiple linear regression analysis, calculated using SPSS version 18.0.

Based on the analysis proved that there is a significant relationship between self-efficacy, optimism, and hope with psychological well-being of primary school teacher in Yayasan Sekolah X Surakarta. Hypothesis partially obtained in this study were (1) a significant relationship between self-efficacy with psychological well-being of primary school teacher in Yayasan Sekolah X Surakarta, (2) there was no correlation between optimism and psychological well-being of primary school teacher in Yayasan Sekolah X Surakarta, (3) there is no relationship between hope and psychological well-being of primary school teacher in Yayasan Sekolah X Surakarta.

Keywords: Psychological Well-being, Self-efficacy, Optimism, Hope.